



CLUB ALPINO ITALIANO
sezione di Cava de' Tirreni
dal 1939

Club Alpino Italiano – Sezione di Corso Mazzini, 6 – Cava de' Tirreni (SA) – Tel./Fax 089 345186 – www.caicava.it – lasezione@caicava.it

Prossime attività in programma della Sezione C.A.I. di Cava de' Tirreni – SA

Sabato 19 ottobre 2019

I sabati tra natura e cultura nel Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni: Trentinara

Itinerari dedicati alla visita e alla conoscenza dei suggestivi borghi del Parco Nazionale del Cilento-Vallo di Diano e Alburni. Territori vasti ricchi di tradizioni di prodotti tipici e di grande umanità.

TRENTINARA - Trekking urbano in collaborazione con l'Amministrazione comunale di Trentinara e l'Associazione APS

Appuntamento dei "Sabati tra natura e cultura alla scoperta dei piccoli borghi del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni" organizzato dal CAI Club Alpino Italiano.

PARTENZA CON PULLMAN GT DA CAVA DE' TIRRENI: "AREA MERCATALE" ORE 7:30 – 2a FERMATA STAZIONE di CAVA ORE 7:40 - proseguimento per SALERNO e FERMATA alla STAZIONE DI RIFORNIMENTO (ESSO) nei pressi dell'autostrada ORE 8:00.

Trentinara è un comune italiano di 1.716 abitanti della provincia di Salerno in Campania.

L'origine del nome Trentinara deriva probabilmente dalla paga di "3 denari" con la quale venivano retribuiti i soldati romani di guardia a un importantissimo acquedotto ancora oggi situato sul Monte Vesole (1.210 m s.l.m.). Da fonti storiche si viene a sapere che Trentinara era anche un importante punto strategico utilizzato da guarnigioni romane per controllare dall'attuale piazzetta panoramica l'intera costa pestana...

Pranzo presso agriturismo "I sentieri del gusto".

Quota partecipazione : € 26 soci CAI - € 28 simpatizzanti – Prenotazione obbligatoria
(la quota comprende il viaggio con pullman GT, visite guidate, contributi e pranzo con prodotti locali)

INFO-PRENOTAZIONI: www.caicava.it - Ferdinando Della Rocca (3334966122) – Lucia Palumbo (3495527203) - www.caisalerno.it
Anna Maria Martorano (3389498941) - www.caimontanoantilia.altervista.org – Andrea Scagano (3272588839).

[Scarica il programma completo](#)



Domenica 20 ottobre 2019 - Escursione: Monte S. Michele o Molare (1.144 m)

Parco Regionale Monti Lattari – Monte S. Angelo a Tre Pizzi – A – Monte S. Michele o Molare

Appuntamento e partenza: Ore 8.00 al Corso Mazzini, 6 adiacente Sede CAI – quindi partenza per Monte Faito, salendo da Vico Equense con macchine dei Soci partecipanti. Durata: 5 ore circa – Difficoltà: E – Dislivello: 300 m – Colazione a sacco, non c'è possibilità di rifornirsi d'acqua lungo il percorso (quindi provvedere prima della partenza da Cava).

Direttore di gita: Alfonso Ferrara (338.8562573).

Breve descrizione del percorso: *Inizierà in prossimità degli impianti RAI, dove si dovranno lasciare le auto (1.233 m) proseguendo per sentiero, passando per la Grotta dell'Acqua Santa, percorrendo un tratto dell'Alta Via dei Monti Lattari Sentiero n°300, nonché Sentiero Italia, poi in bosco di faggio, verso il Monte S. Michele (o Molare) 1.444 m, cima più alta dei Monti Lattari, da cui si gode di una splendida veduta a 360 gradi da Capri, il Vesuvio, i Monti Picentini, il Partenio e gli Alburni. Ridiscesi dalla cima si prosegue per sentiero verso sinistra, per crinale, passando accanto ad un arco naturale si arriva alla Croce della Conocchia, con ottima vista su Positano e dintorni, quindi scendendo e proseguendo su sentiero verso destra si prende la direzione per la Casa del Monaco, con bella visione su un canyon sottostante, attraversando di nuovo un bosco di faggio si arriva al punto di partenza. [Scarica il programma](#)*





CLUB ALPINO ITALIANO
sezione di Cava de' Tirreni
dal 1939

GIORNATA SOCIALE 2019

CAVA DE' TIRRENI - 27 OTTOBRE 2019

LA GIORNATA SOCIALE coincide quest'anno con l'80° anno di fondazione della sezione del C.A.I. a Cava de' Tirreni e viene trascorsa gioiosamente sulle ridenti colline della nostra verde Valle Metelliana.

Il programma prevede:

- **ore 10:30 : CELEBRAZIONE EUCARISTICA** comunitaria di ringraziamento presso l'antica **Chiesa di Santa Maria al Toro** in località **Pineta la Serra** della **frazione Annunziata**. La località è raggiungibile:
 - con auto propria, da lasciare parcheggiata rigorosamente non oltre il piazzale della Serra onde evitare intralcio alla circolazione del deflusso auto della Messa precedente;
 - con Pulmino pubblico Busitalia linea 64 – corse festive ore 09:00 e 10:00 dalla fermata di Cava-Ferrovia. Si arriva alla piazzetta dell'Annunziata e si prosegue a piedi per la località Pineta la Serra (15') poi fino a S. Maria al Toro;
 - con Pulmino privato gratuito di "Villa al Rifugio" – fermata Cava-Ferrovia, zona porticata – ore 9,30;
 - mediante escursione a piedi su sentiero sterrato con scale. Raduno dei partecipanti e partenza ore 09:00 davanti alla Chiesa di Pregiato. Si affrontano i larghi scaloni della salita di Pregiatello per poi proseguire su un verde sentiero che sale a Monte Castello. Si arriva in località Pineta La Serra in circa 35' - Direttori dell'escursione: Matteo e Lucia Avigliano (cell. 320 341 9035).

Dopo la MESSA è possibile percorrere parte dello storico "**Sentiero delle Torri**", conosciuto per l'esercizio fino agli anni 50 del "gioco" della caccia praticata dai Longobardi per la cattura dei piccioni selvatici. Raggiunta la località ARCO sarà possibile proseguire a piedi fino al ristorante o avvalersi dei mezzi motorizzati.



Ore 13:30 : PRANZO SOCIALE presso "**Villa al Rifugio**" Via Gaetano Infranzi, 5 ex Via San Giuseppe al Pennino – Località Cammarese - 84013 Cava de' Tirreni (089 345097). Durante il pranzo saranno premiati i Soci con anzianità venticinquennale e saranno ricordati i principali avvenimenti che hanno caratterizzato gli 80° anni di fondazione della Sezione C.A.I. di Cava.



Quota di partecipazione per i SOCI C.A.I. € 25 --- per gli ospiti NON SOCI € 27

INFO-PRENOTAZIONI: Ferdinando Della Rocca (333 496 6122) – Alfonso Ferrara (338 856 2573)

[Scarica la locandina](#)

Anteprima delle nostre prossime attività (ottobre - dicembre 2019)

Domenica 27 ottobre 2019 – Giornata Sociale

Domenica 3 novembre 2019 – Escursione: Sentiero alto degli Dei da Agerola

Sabato 9 novembre 2019 – Alpinismo giovanile (Cai in erba): Acqua di S. Alferio dalla Badia

Sabato 9 novembre 2019 – I Sabati tra Natura e Cultura: Gole del Sammaro

Domenica 10 novembre 2019 – Itinerari d'Ambiente: Benincasa

Giovedì 14 novembre 2019 – Giornata Internazionale della Montagna a cura dei Soci sezionali

Domenica 17 novembre 2019 – Ferrata Dolomiti Lucane

Domenica 17 novembre 2019 – Escursione: Monte Vico Alvano da S. Maria del Castello

Domenica 24 novembre 2019 – Escursione: Procida e Riserva Naturale di Vivara

Domenica 1 dicembre 2019 – Escursione: Monte Falerio dalla Badia di Cava

Domenica 8 dicembre 2019 – Itinerari d'Ambiente: Pietrasanta

Sabato 14 dicembre 2019 – Alpinismo giovanile (Cai in erba): Colle Maiano Monastero di San Vincenzo (334 m) da Iacinti

Domenica 15 dicembre 2019 – Escursione: Monte Terminio da Campolasperto

Sabato 28 dicembre 2019 – I Sabati tra Natura e Cultura: Ceraso in collaborazione con CSR

Domenica 29 dicembre 2019 – Brindisi di fine Anno - Monte S. Angelo da Contrapone

Sali sulla montagna non per piantare la tua bandiera, ma per abbracciare la sfida, goditi l'aria e osserva la vista. Arrampicati in modo da poter vedere il mondo, non in modo che il mondo possa vederti. (David McCullough Jr)

Buona montagna a tutti.

Documenti allegati: questa news, [la locandina I Sabati tra natura e cultura a Trentinara](#), [il programma dell'escursione al Monte Molare](#), [la locandina della Giornata Sociale 2019](#)

I documenti sono scaricabili dal nostro sito web <http://www.caicava.it/notizie/> sezione Bollettini

Club Alpino Italiano – Sezione di Corso Mazzini, 6 – Cava de' Tirreni (SA) – Tel./Fax 089 345186 – www.caicava.it – lasezione@caicava.it





CAI SEZIONE DI CAVA DE' TIRRENI

Corso Mazzini, 6 – Cava de' Tirreni (SA) – Tel./Fax 089 345186 – www.caicava.it – lasezione@caicava.it



ESCURSIONE DEL 20 OTTOBRE 2019 PARCO REGIONALE MONTI LATTARI – MONTE S.ANGELO A TRE PIZZI MONTE SAN MICHELE (o Molare) 1.444 m

Appuntamento e partenza: Ore 8.00 al Corso Mazzini, 6 adiacente Sede CAI – quindi partenza per Monte Faito, salendo da Vico Equense con macchine dei Soci partecipanti. **Durata:** 5 ore circa – **Difficoltà:** E – **Dislivello:** 300 m – **Colazione a sacco, non c'è possibilità di rifornirsi d'acqua lungo il percorso (quindi provvedere prima della partenza da Cava).**

Direttore di gita: Alfonso Ferrara (338.8562573).

Breve descrizione del percorso: Inizierà in prossimità degli impianti RAI, dove si dovranno lasciare le auto (1.233 m) proseguendo per sentiero, passando per la Grotta dell'Acqua Santa, percorrendo un tratto dell'Alta Via dei Monti Lattari Sentiero n°300, nonché Sentiero Italia, poi in bosco di faggio, verso il Monte S. Michele (o Molare) 1.444 m, cima più' alta dei Monti Lattari, da cui si gode di una splendida veduta a 360 gradi da Capri, il Vesuvio, i Monti Picentini, il Partenio e gli Alburni. Ridiscesi dalla cima si prosegue per sentiero verso sinistra, per crinale, passando accanto ad un arco naturale si arriva alla Croce della Conocchia, con ottima vista su Positano e dintorni, quindi scendendo e proseguendo su sentiero verso destra si prende la direzione per la Casa del Monaco, con bella visione su un canyon sottostante, attraversando di nuovo un bosco di faggio si arriva al punto di partenza.



GIORNATA SOCIALE 2019

CAVA DE' TIRRENI - 27 OTTOBRE 2019

LA GIORNATA SOCIALE coincide quest'anno con l'80° anno di fondazione della sezione del C.A.I. a Cava de' Tirreni e viene trascorsa gioiosamente sulle ridenti colline della nostra verde Valle Metelliana.

Il programma prevede:

- **ore 10:30 : CELEBRAZIONE EUCARISTICA** comunitaria di ringraziamento presso l'antica Chiesa di Santa Maria al Toro in località Pineta la Serra della frazione Annunziata. La località è raggiungibile:
 - con auto propria, da lasciare parcheggiata rigorosamente non oltre il piazzale della Serra onde evitare intralcio alla circolazione del deflusso auto della Messa precedente;
 - con Pulmino pubblico Busitalia linea 64 – corse festive ore 09:00 e 10:00 dalla fermata di Cava-Ferrovia. Si arriva alla piazzetta dell'Annunziata e si prosegue a piedi per la località Pineta la Serra (15') poi fino a S. Maria al Toro;
 - con Pulmino privato gratuito di "Villa al Rifugio" – fermata Cava-Ferrovia, zona porticata – ore 9,30;
 - mediante escursione a piedi su sentiero sterrato con scale. Raduno dei partecipanti e partenza ore 09:00 davanti alla Chiesa di Pregiato. Si affrontano i larghi scaloni della salita di Pregiatello per poi proseguire su un verde sentiero che sale a Monte Castello. Si arriva in località Pineta La Serra in circa 35' - Direttori dell'escursione: Matteo e Lucia Avigliano (cell. 320 341 9035).

Dopo la MESSA è possibile percorrere parte dello storico "Sentiero delle Torri", conosciuto per l'esercizio fino agli anni 50 del "gioco" della caccia praticata dai Longobardi per la cattura dei piccioni selvatici. Raggiunta la località ARCO sarà possibile proseguire a piedi fino al ristorante o avvalersi dei mezzi motorizzati.



Ore 13:30 : PRANZO SOCIALE presso "Villa al Rifugio" Via Gaetano Infranzi, 5 ex Via San Giuseppe al Pennino – Località Cammarese - 84013 Cava de' Tirreni (089 345097). Durante il pranzo saranno premiati i Soci con anzianità venticinquennale e saranno ricordati i principali avvenimenti che hanno caratterizzato gli 80° anni di fondazione della Sezione C.A.I. di Cava.



Quota di partecipazione per i SOCI C.A.I. € 25 --- per gli ospiti NON SOCI € 27

INFO-PRENOTAZIONI: Ferdinando Della Rocca (333 496 6122) – Alfonso Ferrara (338 856 2573)